



PLANNING CAP SPORT SANTÉ 2026



VENDREDI 12 JUIN

 **Run des enfants**
Organisé par l'ASEC
🕒 18h – École Émilie Carles

SAMEDI 13 JUIN

-  **Tennis de Table** – Organisé par le TTCP
🕒 De 10h à 12h – Salle des sports des Sollières
-  **Sophrologie** – Proposé par Mme Delbé
🕒 De 10h à 11h15 – Salle Polyvalente – *sur inscription **
-  **Foot** – Organisé par ES Cappelle
🕒 De 10h à 12h – Stade de Football des Sollières
-  **Parcours Motricité Enfant** – Organisé par l'ACAM
🕒 De 10h à 12h – Médiathèque – *sur inscription **
-  **Zumba** – organisé par Cap'Jeunes
🕒 De 14h à 15h – Salle des sports des Sollières
-  **Tabata / Cardio-boxing** – organisé par Cap'Jeunes
🕒 De 15h à 16h – Salle des sports des Sollières
-  **Abdos-Fessiers** – organisé par Cap'Jeunes
🕒 De 16h à 17h – Salle des sports des Sollières
-  **Stretching & Mobilité** – organisé par Cap'Jeunes
🕒 De 17h à 18h – Salle des sports des Sollières
-  **Séance découverte du Journal Créatif d'Anne-Marie Jobin**
– organisé par Poussez la porte
🕒 De 14h30 à 16h – Salle Polyvalente – *sur inscription **
-  **Badminton** – organisé par Cap'Jeunes
🕒 De 18h à 20h – Salle des sports des Sollières

DIMANCHE 14 JUIN

-  **Randonnée (8km)**
Organisé par Poussez la porte
🕒 9h – Départ groupé – Mairie
-  **Run & Bike**
Organisé par la Municipalité & le CACP
🕒 10h – Départ groupé – Mairie
-  **Séance de découverte de l'Art Thérapie**
Organisé par Poussez la porte
🕒 De 14h30 à 16h – Salle Polyvalente – *sur inscription **

Bouger
Partager
Prendre soin
de soi! ❤️

Pour tous les âges,
pour votre bien-être!

i * Dans la limite des places disponibles. Les inscriptions ouvriront à partir du lundi 1^{er} juin à 8h30 via les formulaires en ligne disponibles sur www.cappelle-en-pevele.fr

Ensemble, cultivons le plaisir de bouger et le bien-être au quotidien! ❤️